王道のハンバーグステーキ

合挽き肉 1kg、玉ねぎ 450g、卵 3個、塩 13g、生パン粉 100g、これがハンバーグの黄金率です。ブラックペッパーとナツメグは好みの量を入れてください。 玉ねぎはみじん切りにしてレンジで"チン"します。冷めてから全ての材料を合わせてこねます。形を作って焼いて『愛恋ドレ』をかけてクレソンを添えればプロ並み。
『焼くのが苦手』と言われる方は、焼き目だけ付けて裏返して皿に載せ、ラップしてレンジで"チン"して火を通すとOKです。その柔らかい仕上がりにビックリ。とろけるチーズやベーコン、アボガド、ライプオリーブなどいろいろ載せても楽しいです。

塩さばのおしゃれフリーク

塩さばをカットして多めのオイルで揚げ焼きする、水にさらしたオニオンスライスを搾って盛り付け、小ネギを振って『愛恋ドレ』をかけて レモンを添えただけで絶品です。塩サケ、アジ、塩干物ならなんでも応用できます。

愛恋の冷し中華

中華麺を柔らかめにゆでて冷水で洗い水気を切って、くっつかないようにサラダ油であえます。お皿に盛りレタスとトマトスライスを のせて、冷たい『愛恋ドレ』をかけただけです。簡単すぎるのに一番人気です。トッピングは、薄焼き卵でもキュウリの千切りでもハムでも 、冷し中華的であればお好みでどうぞ。また夏野菜を使った冷製パスタもおすすめです。パスタは"細め"で"柔らかめ"、サラダ油 は"あえる"が基本です。ハーブなど飾って下さいね。

炊き込みエビピラフ

洗わない米 2 カップ(400cc)、むきえび 10 尾、ベーコン 3 枚、玉ねぎ半分ミジン切り、マッシュルーム適当無くても OK、コンソメ 2 個、無塩バター30g、「ハーブ塩」小さじ 2(10cc)、水 500cc を厚手の鍋に入れて火にかけ、沸いてくるまで軽くかき混ぜながら味見します、足りないと思ったら「ハーブ塩」でととのえて、沸いたら蓋をして極弱火にて 20 分で出来上がりです。鍋は土鍋やダッチオーブンやル•クルーゼなどが最適。写真は可愛く盛り付けたピラフに世界一簡単な卵料理フライドエッグ(揚げ油に卵をポンと割り入れて卵白が上がってきたら上げるだけ)をのせてハーブを飾りました。周りのソースはマヨネーズに「愛恋ドレ」をたらっと流れるくらいにチョイ足ししてスプーンでシェフっぽくかけただけ。

ホタテの美人サラダ仕立て

ボイル帆立に「ハーブ塩」をしてレンジで軽くチン。皿にわかめ、トマト、カットした帆立、飾り野菜を盛って「愛恋ドレ」をかけただけ。魚介なら何でも応用できます。

薄切りポークの簡単ソテー

オイルを敷いたフライパンで、ほうれん草でもレタスでもきのこ類でも炒めて「ハーブ塩」で味を軽くととのえてお皿に盛り、同じフライパンでお肉を焼いて「ハーブ塩」で味付けして野菜の上に載せて「愛恋ドレ」をかけただけ。鶏や牛スライスでも簡単。

鶏の"チン"してバンジー

鶏肉は料理酒をまんべんなく振って 5 分でも 10 分でも置いときます。臭み取りです。キッチンペーパーで拭きあげて「ハーブ塩」を両面にしてお皿に載せ、ラップして"チン"して火を通します。アツイので少し冷めてから適当に切ってお皿に盛って、上にキュウリでもトマトでもネギでも載せて「愛恋ドレ」をかけるだけです。おもてなしにぴったりのスペシャリテです。